

認知症疾患医療センター新聞 第7号

認知症について Q&A



認知症に関するよくある質問について志村大宮病院当センターのセンター長 大里晃弘医師が解答しました。認知症のケアに関わる方はぜひ参考にして下さい。

Q. 認知症のお薬を飲む意味や必要性はありますか？

A. 認知症を根本的に改善する治療薬は現在(2020年)の医学の力をもってしても開発されていないのが現状です。基本的に認知症のお薬を出す目的は認知症そのものを治すのではなく、物忘れの進行を遅らせることです。患者様によっては認知症のお薬の効果で活動的になる方もいます。認知症のお薬は4種類あり、本人の症状に応じて医師が選択しますので気になる症状や副作用がある場合には早めに相談しましょう。

Q. 本人が認知症の薬を飲みたがりません。どうしたらいいですか？

A. まずはかかりつけ医に相談しましょう。薬の種類を最低限に絞る、飲み薬が苦手なら貼り薬を使うなどの様々な手段があります。また、薬を砕いてゼリーや飲み物に混ぜる方法もあります。ただし、砕いてはいけぬ薬や食品の成分によって効能が阻害される薬もあるのでそのような工夫を行う前には医師に確認しましょう。

Q. 介護でストレスが溜まった時、気分を切り替える方法がありますか？

A. 認知症当事者をその家族が直接介護する時間を減らし、自分の時間を少しでも作る事が大切です。その際は、家でゆっくりする、友人と会って食事をしたりおしゃべりをする、趣味の時間に充てる、映画や美術館に出かけるなど介護生活から離れることを意識した過ごし方がよいでしょう。また、介護保険サービスを上手く利用してデイサービス等を活用して、自分の時間を作る工夫も良いことです。介護を一人で背負わないこと、自分自身を追い込まないようにすることはストレスをコントロールするため重要なポイントです。

Q. 夜、起き出してなかなか寝てくれませんか。どうしたらいいですか？

A. 認知症当事者には昼夜逆転現象がよく起こります。逆転する原因としては昼間に寝てしまう時間が多いことや、あまり活動せずに横になっている時間が多いことが考えられます。そのため、昼間の活動量を増やすためにデイサービスなどの通所サービスを利用することをお勧めします。また、体内時計を整えるには、午前中に日光を浴びる事が効果的です。改善しない場合には、かかりつけ医に相談しましょう。

Q. なかなか水分を摂ってくれない時の工夫点があったら教えてください。

A. 水分を補給できるのは飲み物だけではありません。水分を多く含むフルーツやゼリー、食事などから水分を摂取することが可能です。フルーツやゼリーなどはおいしく食べられるため、自然と水分を摂取しやすくなります。また、室内環境を整えることで体の水分量が保たれます。無理に節電せず、冷暖房を活用して室内を適温に保つことを心がけましょう。

Q. 糖尿病になると認知症も発症しやすくなるのでしょうか？

A. 糖尿病と認知症は深く関係しています。糖尿病が持病にある高齢者の場合は、血糖値のコントロールの不良状態が長く続くことで認知機能が低下しやすくなり、認知症が発症しやすくなると言われています。糖尿病の適切な治療が認知症予防にも繋がります。特に糖尿病がある方はアルツハイマー型認知症より血管性認知症の発症リスクが高くなります。



認知症に関する質問や悩みを大里晃弘医師に話したい場合は認知症家族教室にご参加下さい。

認知症家族教室とは年2回(8月と2月)開催しており、認知症について疑問や悩みがある家族がお茶をしながら医師などと話し合える集いの場所になります。開催日時や場所など詳細につきましては下記の連絡先にご確認下さい。当センターのホームページにも詳細は随時掲示しています。

認知症疾患医療センターへの受診予約・ご相談は・・・

TEL 0295-58-8020 へご連絡下さい。

営業時間 月曜～金曜・第四土曜日 9:00～17:00

(祝日・祭日、年末年始は除く)

